MH01D4503

Corra la voz acerca de los

Mamogramas

y la Prueba de

Papanicolaou

o Prueba Pap

Un recurso educativo para los profesionales de la salud

INSTITUTOS NACIONALES DE LA SALUD
Instituto Nacional del Cáncer

MH01D4503
OMH-RC-Knowledge Center
5515 Security Lane, Suite 101
Rockville, MD 20852
1-800-444-6472

Corra la voz
acerca de los
Mamogramas

El Instituto Nacional del Cáncer lo felicita por su empeño en educar a las mujeres acerca de la importancia de la detección temprana del cáncer. Para ayudarlo, el Instituto Nacional del Cáncer se complace en proveerle: Corra la Voz acerca de los Mamogramas y del Papanicolaou: Un recurso educativo para los Profesionales de la Salud.

Por medio de dibujos y vocabulario sencillo, estos carteles ilustran muchos de los conceptos fundamentales que ayudan a la mujer a entender la importancia de la detección temprana del cáncer del seno y del cuello del útero. Los datos acerca de la detección del cáncer del seno y del cuello del útero están incluidos y se pueden discutir mientras se hace la presentación. Le incluimos también dos folletos que los puede reproducir: *1) Los Mamogramas: No solamente una vez, sino por toda la vida; 2) Hagase la prueba Pap hagalo hoy...por su salud y su familia.* Estos folletos se pueden fotocopiar y distribuir a las mujeres que asistan a su presentación.

Los educadores de salud de la comunidad puenden utilizar estas presentaciones en grupos pequeños de no más de 10 personas. La presentación acerca del cáncer del seno es para mujeres de más de 40 años de edad y la presentación acerca de la prueba de detección del cáncer del cuello del útero es para mujeres de 18 años de edad o más (o menores de 18 años sexualmente activas), así como también para mujeres de 65 años de edad o mayores.

Le incluimos también un formulario de evaluación. Sus comentarios nos ayudarán a mejorar nuestros esfuerzos sobre la detección temprana. Si necesita más información acerca del cáncer del seno o del cuello del útero, por favor llame al Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER).

Corra la voz
acerca de los
Mamogramas

MENSAJE:

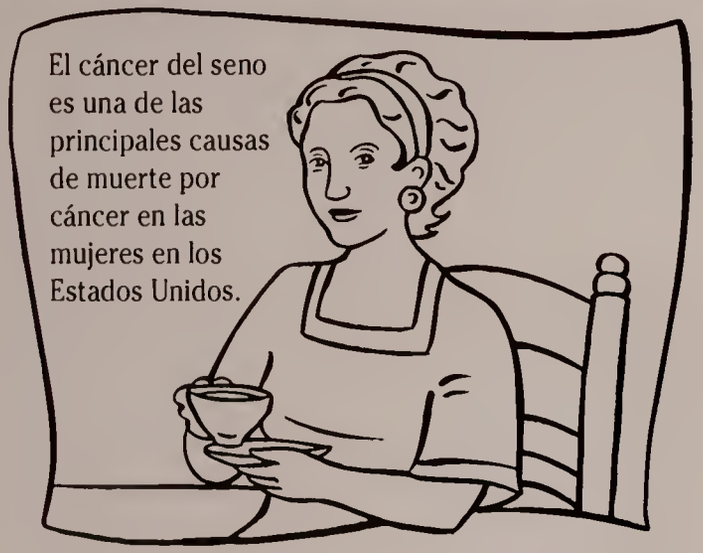
- Hoy les quiero hablar acerca de la importancia de hacerse un mamograma con regularidad.

- Un mamograma es una radiografía del seno que puede detectar el cáncer del seno antes que usted o su médico lo puedan palpar.

- Es una de las cosas más importantes que una mujer que tiene más de 40 años de edad, puede hacer por su salud.

- Hágase un mamograma cada uno o dos años y ayude a promover la importancia de este examen a su mamá, sus hermanas, sus hijas y a sus amigas.

El cáncer del seno es una de las principales causas de muerte por cáncer en las mujeres en los Estados Unidos.



MENSAJE:

- Usted puede pensar que no necesita un mamograma. Usted sí lo necesita, especialmente si tiene más de 40 años de edad.

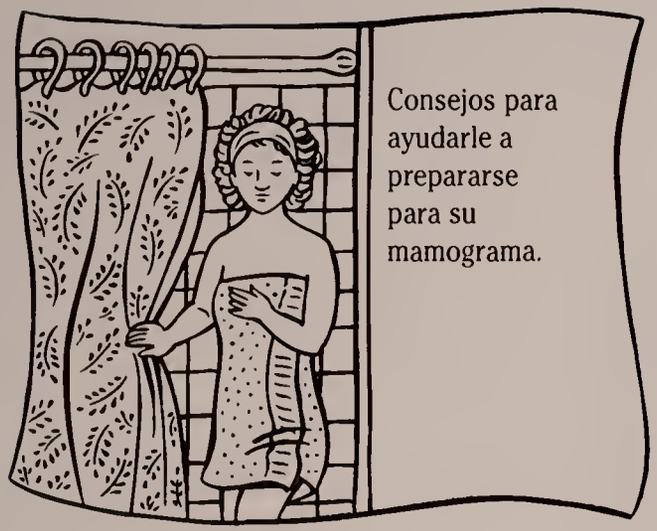
- A medida que aumenta su edad, usted corre un mayor riesgo de desarrollar cáncer del seno.

- Es importante que cada mujer de más de 40 años de edad se haga un mamograma y un examen médico de los senos cada uno o dos años. Si cada una de estas mujeres se hiciera estos exámenes con regularidad, la taza de muerte por cáncer del seno disminuiría.

- ¿Cuántas de ustedes conocen a alguna mujer que ha tenido cáncer del seno?

- El cáncer del seno es uno de los cánceres más comunes en las mujeres en los Estados Unidos.

Consejos para ayudarle a prepararse para su mamograma.



MENSAJE:

- Aquí les presentamos algunos consejos para ayudarle a prepararse para su mamograma.

- Si todavía menstrúa, haga su cita para una semana después de que termina la menstruación. Durante la menstruación sus senos pueden estar sensibles y el mamograma puede resultar doloroso.

- El día del examen, no utilice desodorante, perfume, talcos o lociones ni en sus senos o a su alrededor ni en las axilas. Cualquiera de estos productos pueden afectar el resultado de las radiografías.

- Utilice ropa tal como una blusa o suéter, con pantalones o falda, que le facilite desvestirse de la cintura para arriba.

- Lleve cualquier información sobre otros mamogramas o tratamientos del seno que haya tenido y el número de teléfono y dirección de su médico para que los resultados se le puedan enviar a él o ella.

El hacerse un mamograma.

MENSAJE:

- El hacerse un mamograma es muy fácil. Sólo toma unos minutos.

- Usted se para frente a una máquina para tomar mamografías. La persona que toma la radiografía coloca su seno entre dos láminas plásticas. Se aplica presión por unos cuantos segundos para aplanar su seno mientras se toma la radiografía.

- El seno se aplana para esparcirlo y poder ver fácilmente cualquier nódulo o cambio en el seno.

- La persona tomará dos radiografías de sus senos, una desde arriba y otra de lado.

- Las radiografías se entregan a un médico llamado radiólogo, quien busca señales de cáncer del seno u otros problemas. El radiólogo reportará los resultados a su médico, quien se comunicará con usted.

- Si usted no recibe los resultados en una semana, llame a su médico o al lugar donde le hicieron el mamograma y pida el resultado.

- ¿Cuántas de ustedes se han hecho un mamograma en el último año? Hablemos de cuál fue la parte positiva de la experiencia.

Ejemplos de cambios inusuales del seno:

- cambio en el tamaño o forma de su seno
- un nódulo o engrosamiento de su seno o de la axila
- cambios en la piel del seno
- engrosamiento o secreción del pezón

MENSAJE:

- Existen dos tipos de mamogramas: mamograma de detección y mamograma de diagnóstico. Hablemos primero del mamograma de diagnóstico.

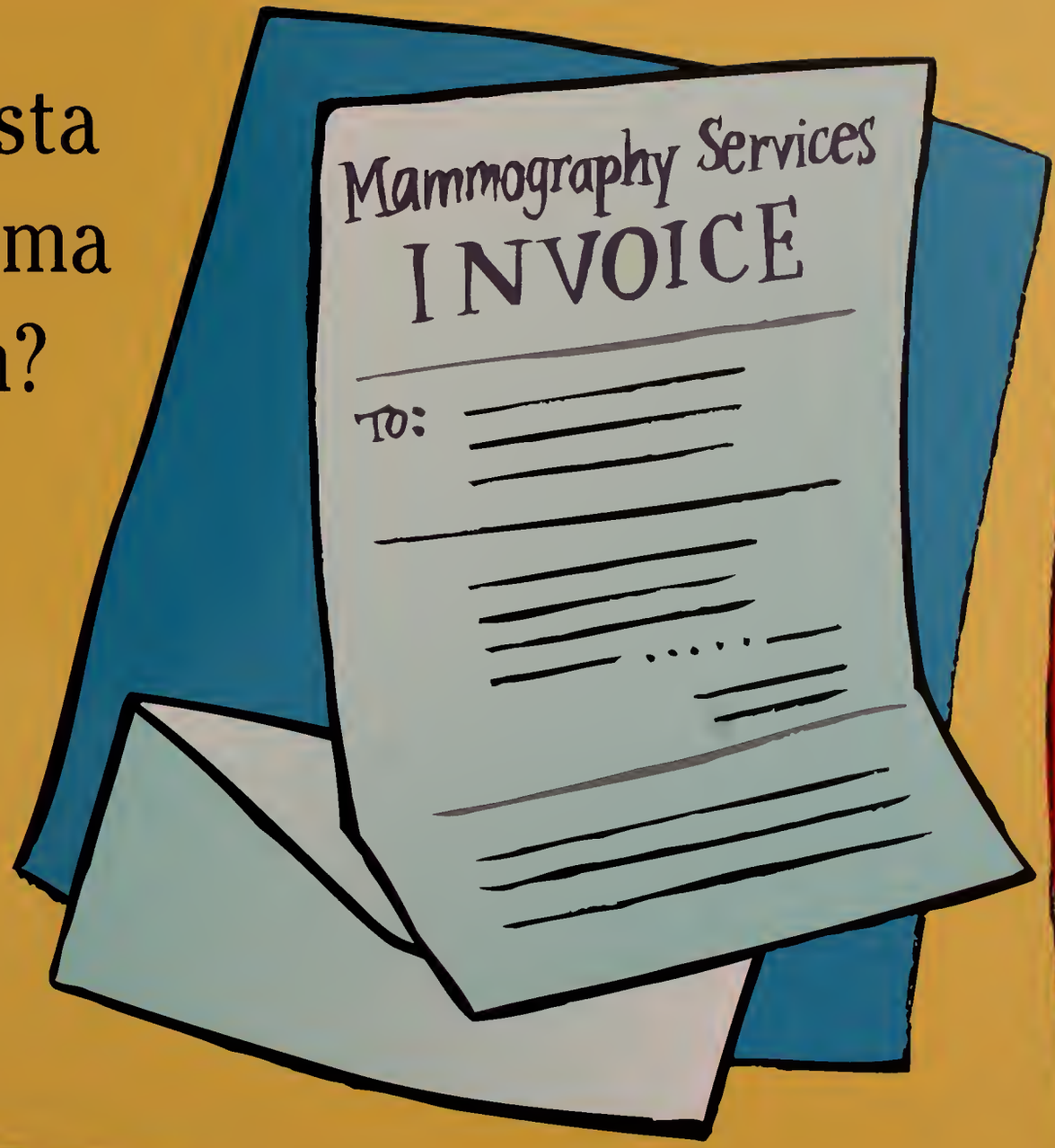
- Se hace un mamograma de diagnóstico cuando la mujer tiene síntomas de cáncer del seno, tales como un cambio en el tamaño o forma de su seno, un nódulo o engrosamiento de su seno o de la axila, cambios en la piel del seno, o engrosamiento o secreción del pezón.

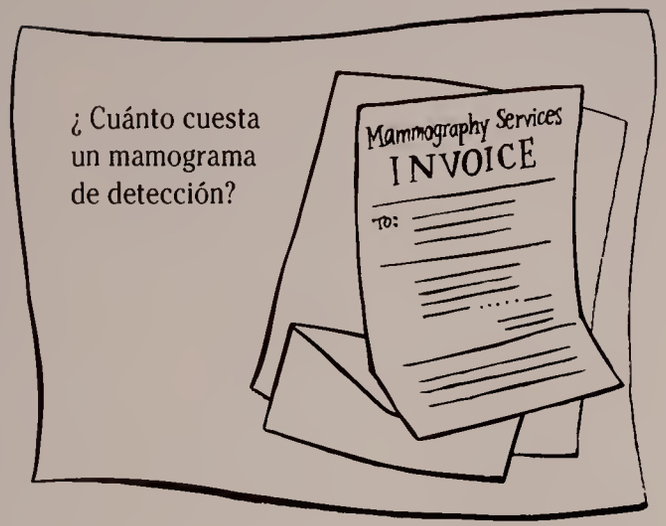
- Las mujeres que tienen algún cambio inusual en sus senos necesitan ver al médico tan pronto como sea posible.

- La mayoría de las veces estos cambios no resultan ser cáncer; pero es importante hacer las pruebas necesarias para estar seguros.

- Hoy queremos hablar de los mamogramas de detección — estos mamogramas son para mujeres que no presentan síntomas de cáncer del seno.

¿Cuánto cuesta un mamograma de detección?

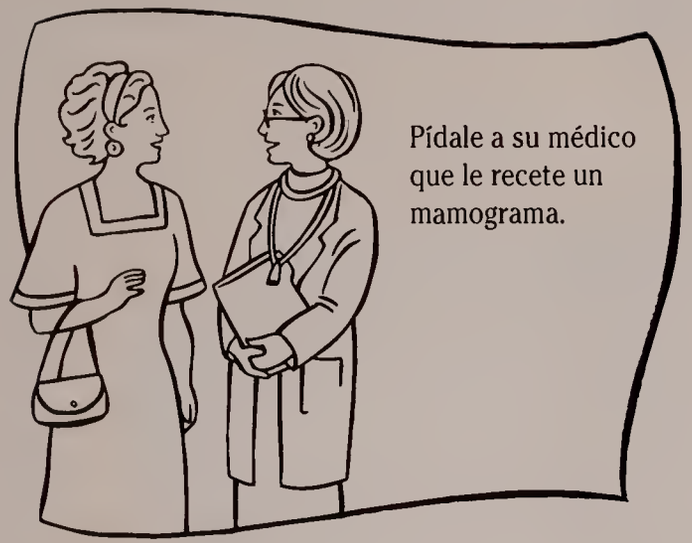




MENSAJE:

- Un mamograma de detección generalmente cuesta entre $50 y $150.
- Los seguros médicos privados o Medicare cubren generalmente los mamogramas.
- Existen algunos grupos comunitarios que ofrecen mamogramas gratuitos y algunos programas que cobran según su ingreso.
- ¿Cuántas de ustedes utilizan sus beneficios de "Medicare" para pagar por sus mamogramas?
- Medicare ayuda a pagor el costo de un mamograma de detección cada año (esto es, 12 meses calendario después de su último mamograma).
- Para obtener información acerca de la cobertura de Medicare llame a la línea directa de Medicare al 1-800-Medicare (1-800-633-4227).

Pídale a su
médico que le
recete un
mamograma.



MENSAJE:

- Pregúntele a su médico cuándo debe empezar a hacerse mamogramas y con qué frecuencia usted los necesita. Decida un plan con su médico y sígalo por el resto de su vida.

- En el consultorio de su médico le pueden hacer la cita o usted la puede hacer si el sitio que escoge realiza mamogramas sin receta médica.

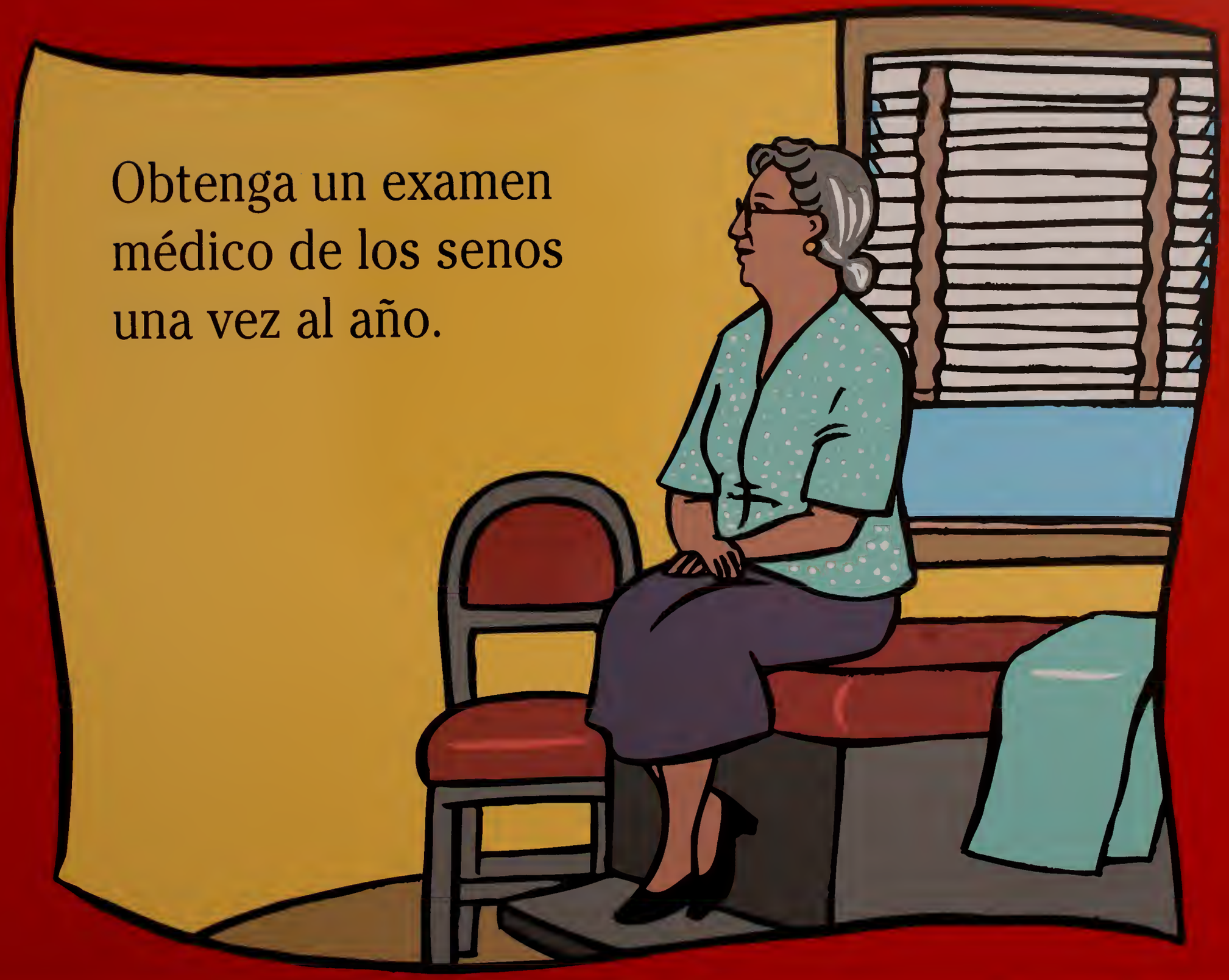
- Hoy en día, todos los lugares donde se realizan mamografías deben ser certificados por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Esto quiere decir que el equipo que utilizan, la gente que trabaja allí y los archivos que mantienen deben cumplir con los mismos estándares de calidad.

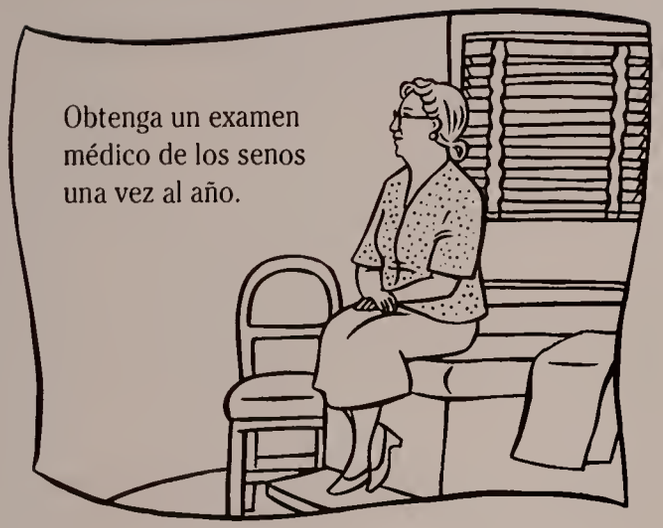
- Usted puede llamar al Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER) para averiguar dónde puede hacerse un mamograma cerca de su casa.

- ¿Cuántas de ustedes tienen un médico que le receta mamogramas con regularidad?

- No espere a que su médico le hable del tema. Pídale a su médico que le recete un mamograma.

Obtenga un examen médico de los senos una vez al año.





MENSAJE:

- Es importante también que todas las mujeres, se hagan un examen médico de los senos con regularidad.

- Durante su examen médico de rutina, el médico le examinará los senos. En este examen, el médico observará y buscará nódulos en sus senos, en las axilas y tal vez en el área de la clavícula.

- Muchas mujeres se hacen el autoexamen de los senos mensualmente para familiarizarse con la textura normal de sus senos. Recuerde que el autoexamen de los senos nunca substituye el mamograma de detección regular para las mujeres de más de 40 años de edad.

Inquietudes comunes acerca de los mamogramas

(Algunos grupos tiene inquietudes especiales, incluyendo el idioma y la cultura. Escuche sus inquietudes e inclúyalas como ejemplos en sus presentaciones futuras).

MENSAJE:

- Existen inquietudes comunes que llevan a la mujer a no hacerse sus mamogramas.

- "Me preocupa que estaré expuesta a mucha radiación".
  Con el equipo moderno de mamografía, sólo se utiliza una pequeña cantidad de radiación.

- "Un mamograma es muy doloroso".
  Algunas mujeres sienten incomodidad durante un mamograma. Sólo dura unos cuantos segundos mientras se presiona su seno entre dos láminas plásticas para obtener unas radiografías claras.

- "No necesito un mamograma a no ser que sienta un nódulo en mi seno".
  El beneficio de un mamograma es que éste puede detectar el cáncer del seno y otros cambios antes de que usted o su médico puedan palparlos.

- "Si tengo cáncer del seno, no creo que pueda enfrentarlo. No quiero saber".
  Si el cáncer del seno es detectado a tiempo y no se ha esparcido, las probabilidades de un tratamiento exitoso y de sobrevivencia son muy buenas.

- "Los mamogramas no siempre detectan el cáncer del seno".
  Ninguna prueba médica es 100% precisa. Algunos cambios en el seno no aparecen en un mamograma. Por eso es importante hacerse un examen médico de los senos una vez al año.

- ¿Alguien sabe de otras inquietudes que llevan a una mujer a no hacerse un mamograma?

¿Desarrollaré cáncer del seno?

MENSAJE:

- El simple hecho de ser mujer y de envejecer la pone en riesgo de desarrollar cáncer del seno. La mayoría de los cánceres del seno ocurren después de los 40 años de edad.

- Su riesgo de desarrollar cáncer del seno continúa aumentando toda su vida.

- La mayoría de las mujeres que desarrollan cáncer del seno no tienen factores de riesgo conocidos, tal como historia de la enfermedad en su familia.

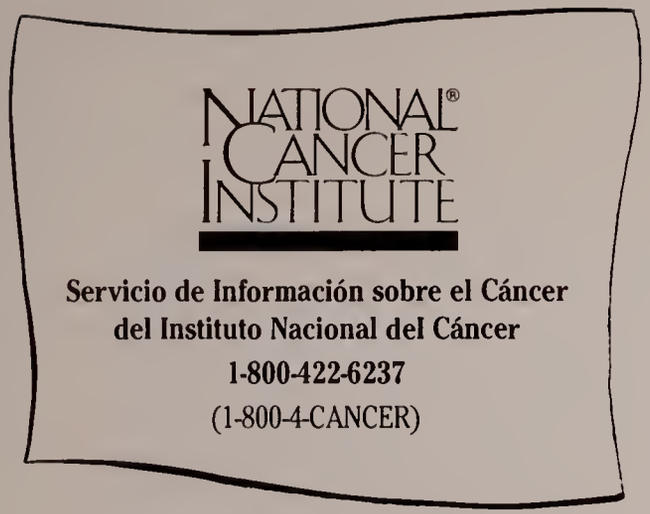
- Consulte con su médico acerca de los factores de riesgo de cáncer del seno.

NATIONAL® CANCER INSTITUTE

Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer

1-800-422-6237

(1-800-4-CANCER)



MENSAJE:

- Para información sobre el cáncer del seno y los mamogramas, o para encontrar un lugar donde hagan mamogramas en su área, llame al Servicio de lnformación sobre el Cáncer del lnstituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER).

- Las oficinas del Servicio de lnformación sobre el Cáncer están abiertas de lunes a viernes de 9:00 a .m. a 4:30 p.m., hora local.

- Los especialistas en información sobre el cáncer responderán a sus preguntas en inglés o español y le enviarán publicaciones gratis.

Los Mamogramas:

No solamente una vez, sino por toda la vida.

Los Mamogramas: No solamente una vez, sino por toda la vida.

MENSAJE:

- Si se ha hecho un mamograma, felicitaciones! Quiero recordarles que un mamograma una vez no es suficiente. El cáncer puede empezar a crecer en cualquier momento.

- Los mamogramas hechos con regularidad son la mejor manera de detectar el cáncer del seno en una etapa temprana.

- No tome riesgos con su salud. Haga una cita para un mamograma pronto.

Corra la Voz
acerca de los
Mamogramas...

MENSAJE:

- ¿Alguna pregunta?

Corra la voz
acerca del
Papanicolaou

MENSAJE:

- Como la mayoría de las mujeres de hoy en día, usted tiene mucho en qué pensar, como cuidar de su familia y su hogar, y su trabajo.

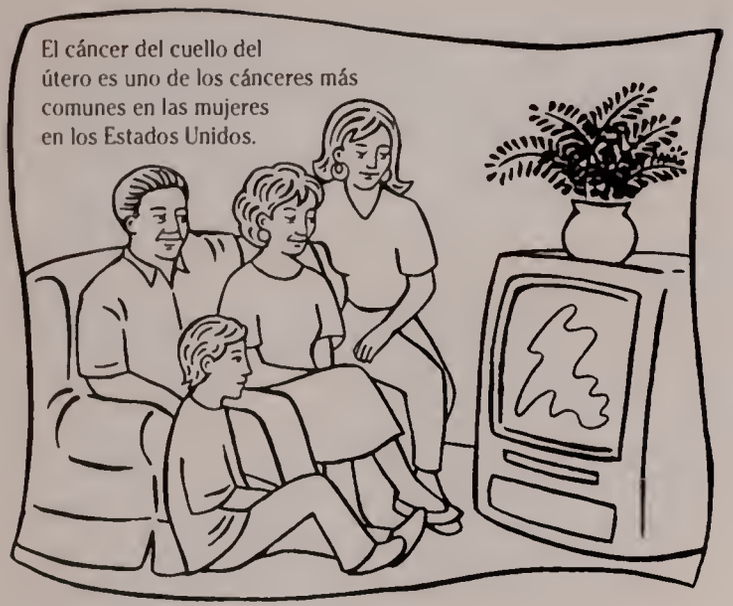
- Estas demandas hacen que usted se olvide de sus necesidades, especialmente cuando se trata de su salud.

- La mujer necesita darse tiempo para cuidar de su cuerpo y salud. Es lo mejor que puede hacer por su familia.

- Esto se puede lograr haciéndose exámenes de detección con regularidad.

- Hoy me gustaría hablarles acerca de un tipo de examen de detección, conocido como el Papanicolaou, la citología o la prueba Pap, para detectar el cáncer del cuello del útero.

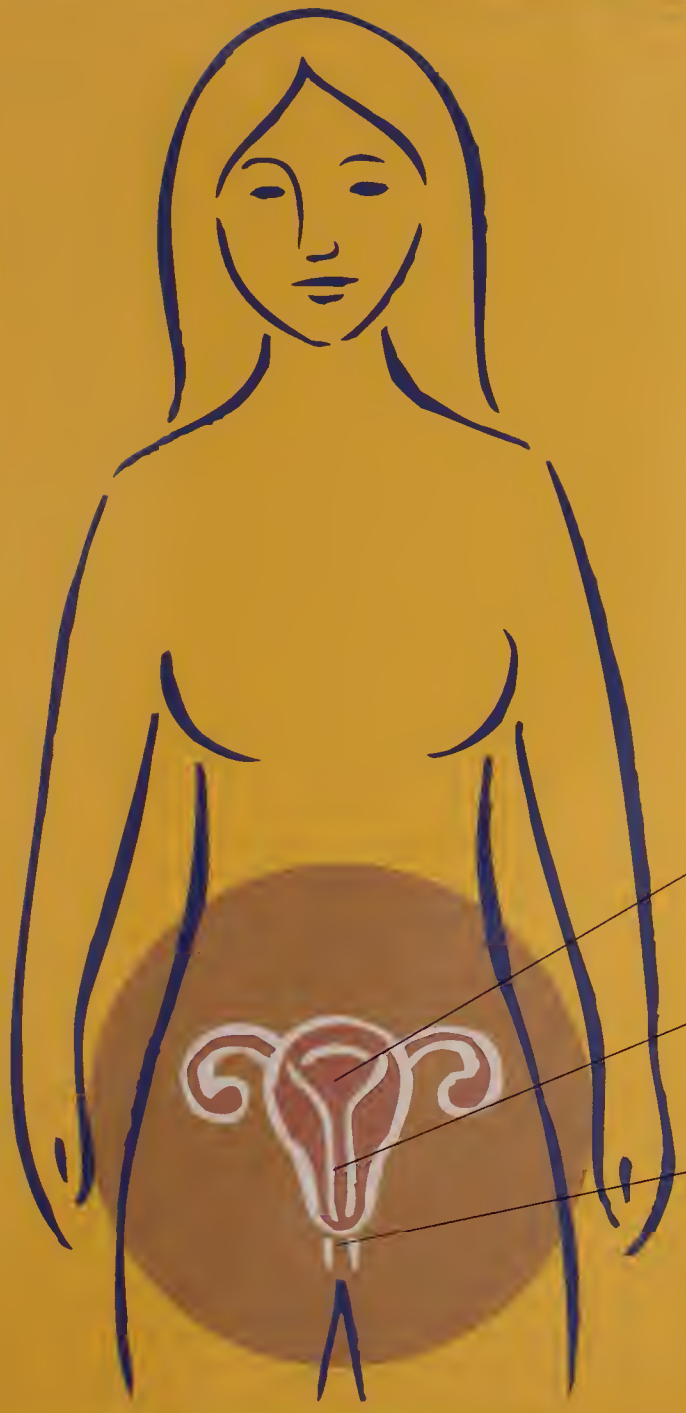
El cáncer del cuello del útero es uno de los cánceres más comunes en las mujeres en los Estados Unidos.



MENSAJE:

- Algunas de ustedes quizá conozcan a alguien que ha tenido cáncer del cuello del útero. Esto se debe a que es uno de los cánceres más comunes en las mujeres en los Estados Unidos.

- Una mujer puede tener cáncer del cuello del útero y no saberlo porque puede que no tenga síntoma alguno.



Sistema Reproductivo Femenino

útero

cuello del útero

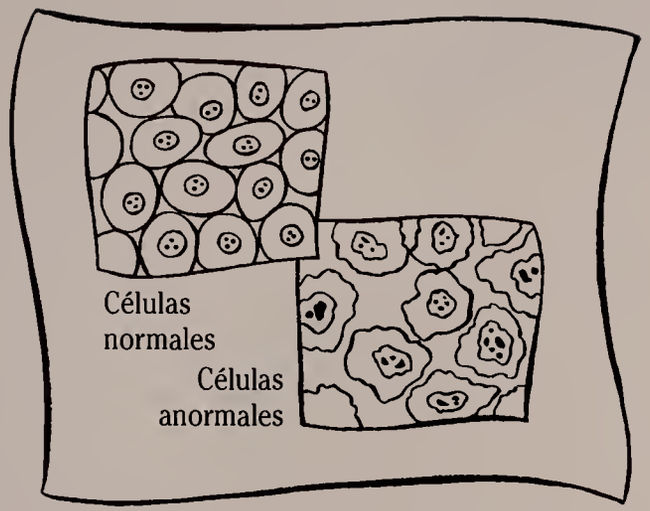
vagina

MENSAJE:

- El útero, o matriz, está localizado debajo de su estómago.
- El cuello del útero está localizado en la parte baja del útero.
- El cuello del útero está entre el útero y la vagina. La vagina conecta el cuello del útero con la parte exterior del cuerpo.

Células normales

Células anormales



MENSAJE:

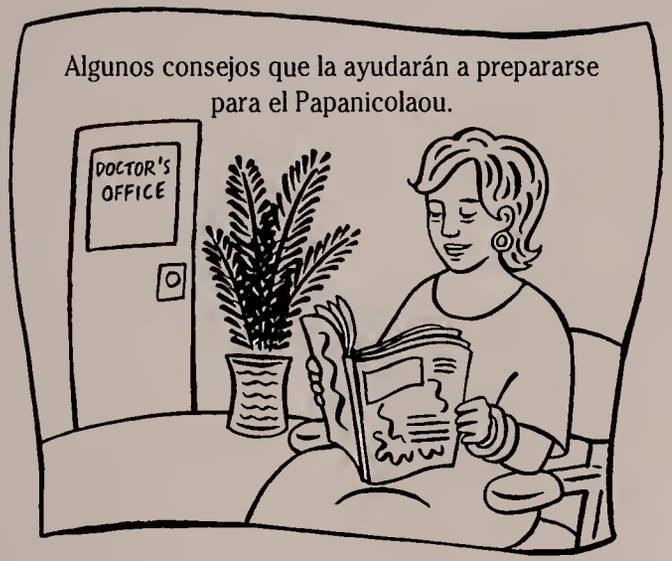
- El cáncer del cuello del útero ocurre cuando empiezan a crecer células anormales en el cuello del útero.

- Es muy importante detectar y darle tratamiento a las células anormales. Si a estas células no se les da tratamiento, se pueden convertir en cáncer.

- Existe un examen sencillo y seguro para detectar el cáncer del cuello del útero. Este examen puede detectar células anormales dentro y alrededor del cuello del útero. Este examen se conoce como el Papanicolaou, l a citología o la prueba Pap.

- El Papanicolaou toma aproximadamente un minuto.

Algunos consejos que la ayudarán a prepararse para el Papanicolaou.



MENSAJE:

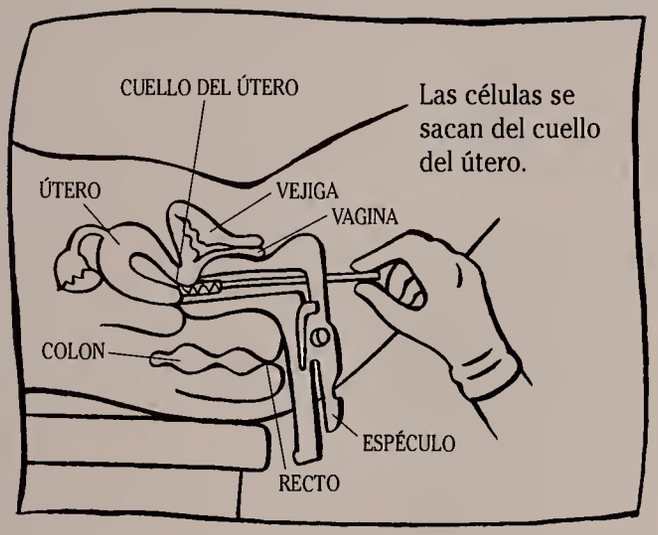
- Debe hacerse esta prueba cuando no este menstruando.
- Alrededor de dos días antes del examen, usted no debe hacerse duchas vaginales con productos comerciales o utilizar espumas, cremas o gelatinas, o medicamentos vaginales (excepto los recetados por su médico).
- Si usted usa algunos de estos productos, pueden esconder cualquier célula anormal.
- Si prefiere que una mujer le haga este examen, pregunte si hay alguna que la pueda atender.

El hacerse el
Papanicolaou.

MENSAJE:

- El Papanicolaou es parte del examen pélvico y se hace en el consultorio de su médico.
- Usted se acostará boca arriba en la mesa del consultorio con sus rodillas levantadas y sus pies apoyados en soportes.
- Para hacer la prueba el médico utilizará un instrumento especial llamado espéculo.

Las células se sacan del cuello del útero.



MENSAJE

- Un pequeño cepillo se usa para obtener unas muestras de células del cuello del útero.

- Cuando el médico saca las células usted puede sentir una punzadita.

- Las células que se sacan se colocan en una laminilla de vidrio, se rocían con una capa protectora y se envían al laboratorio para analizarlas. Esto determinará si sus células del cuello del útero son normales o anormales.

Los
resultados

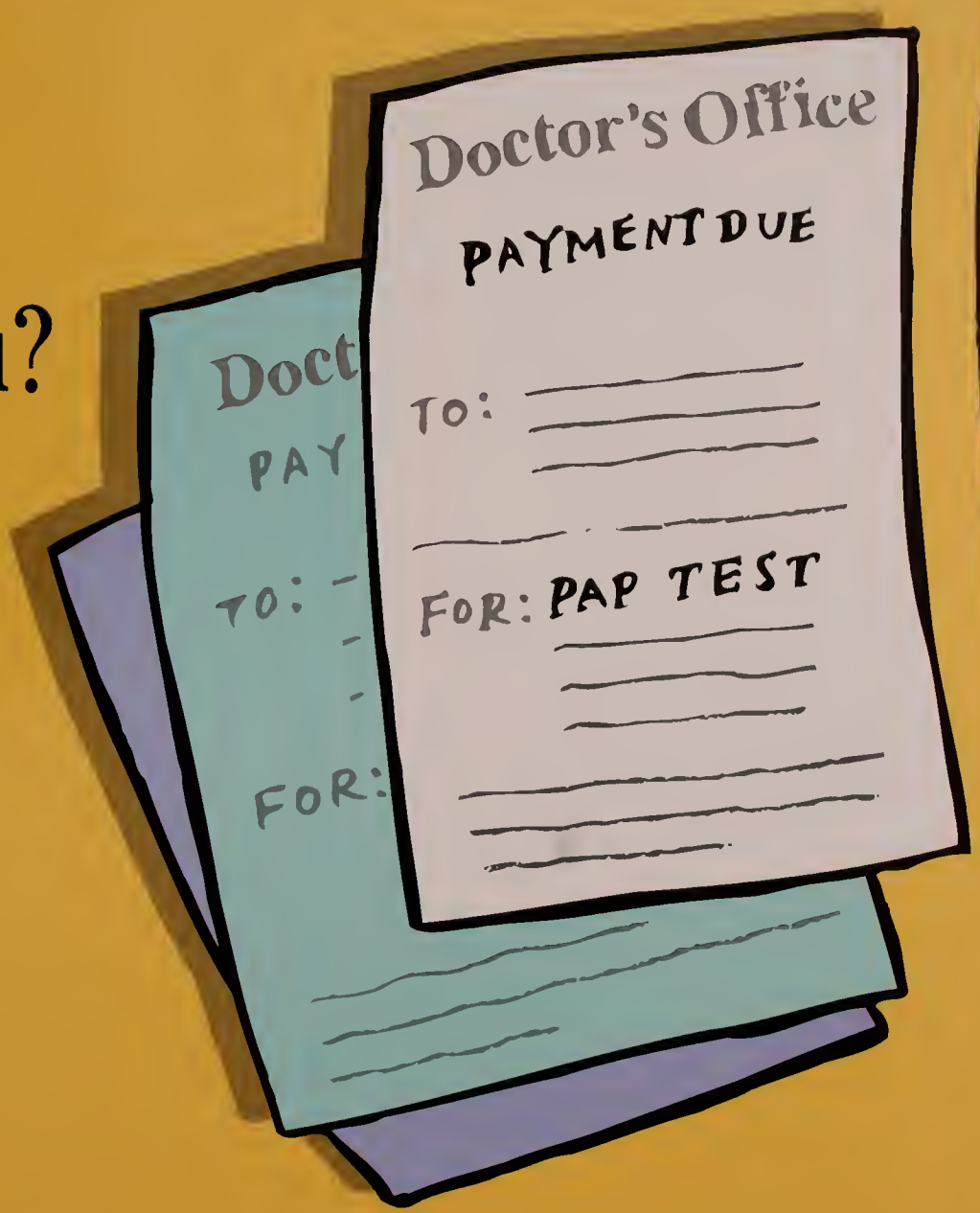
MENSAJE:

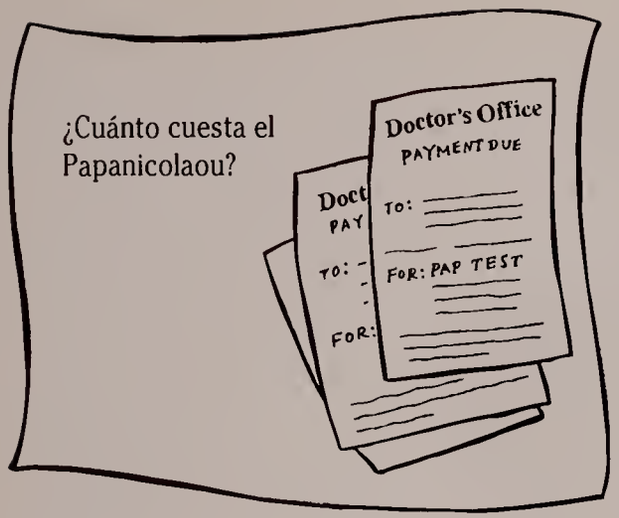
- La mayoría de los médicos o clínicas le enviarán una carta o le llamarán con los resultados de sus pruebas, pero algunos solamente le llamarán si existe un problema. Usted puede llamar a la clínica y preguntar por sus resultados.

- Si sus resultados son anormales, no se deje llevar por el pánico; la mayoría de los resultados anormales del Papanicolaou no son cáncer. Usted tendrá que volver a la clínica lo más pronto posible para chequeo adicional.

- ¿Alguna de ustedes se ha hecho el Papanicolaou en el último año? ¿Tiene alguna experiencia positiva que quiera compartir con nosotros?

¿Cuánto cuesta el Papanicolaou?





MENSAJE:

- Un Papanicolaou cuesta entre $60 y $150.
- El Papanicolaou está generalmente cubierto por su seguro médico privado.
- Medicare cubre el costo de un Papanicolaou cada tres años.
- Existen algunos grupos comunitarios que ofrecen el Papanicolaou gratis y algunos programas que sólo le cobran según su capacidad de pago.
- Para obtener información acerca de la cobertura de Medicare llame a la línea directa de Medicare al 1-800-Medicare (1-800-633-4227).

Lo que todas las mujeres necesitan saber acerca del cáncer del cuello del útero.

MENSAJE:

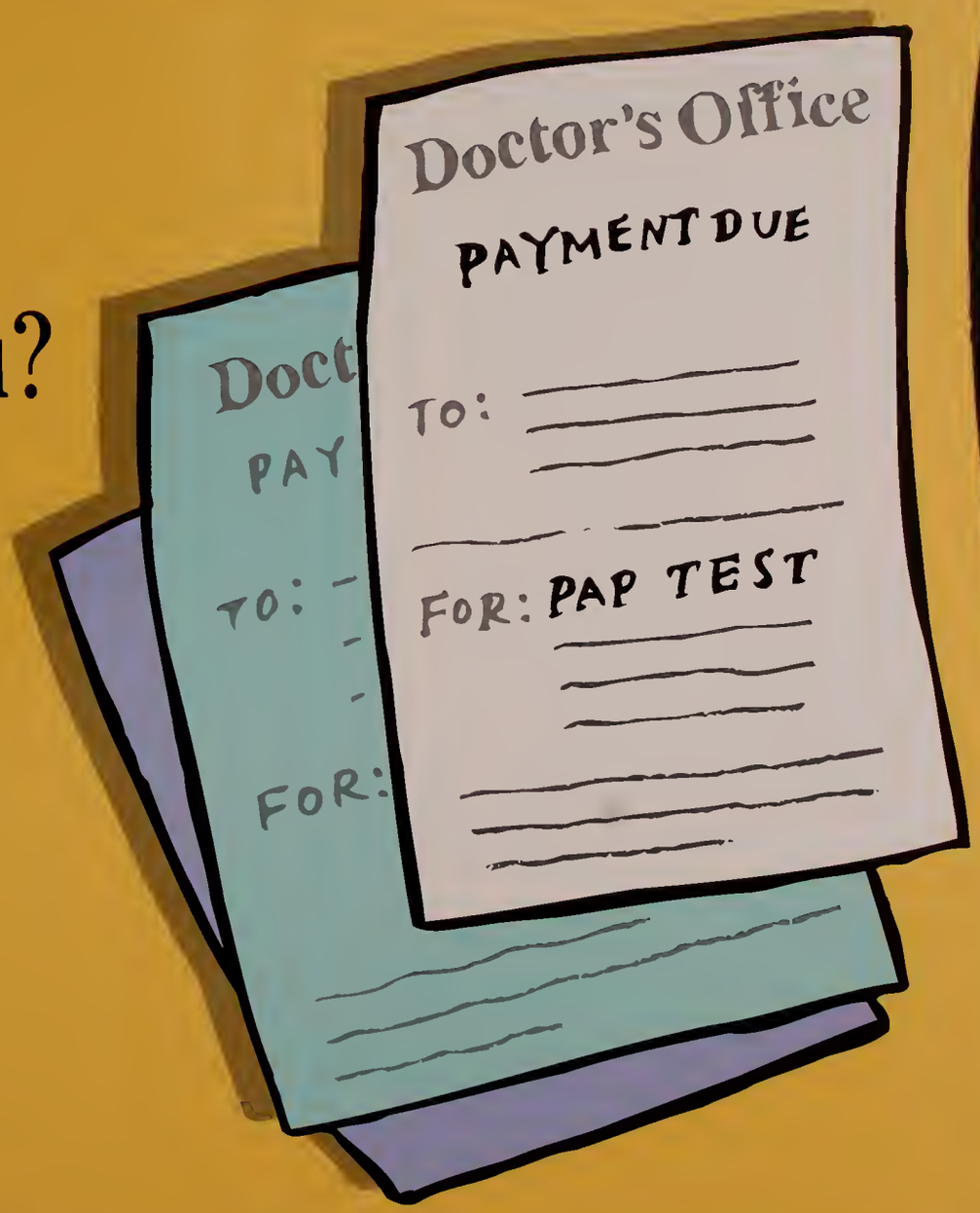
- Las mujeres de 18 años de edad o mayores necesitan hacerse el Papanicolaou con regularidad. Las mujeres menores de 18 años de edad necesitan un Papanicolaou cada año si son o han sido activas sexualmente.

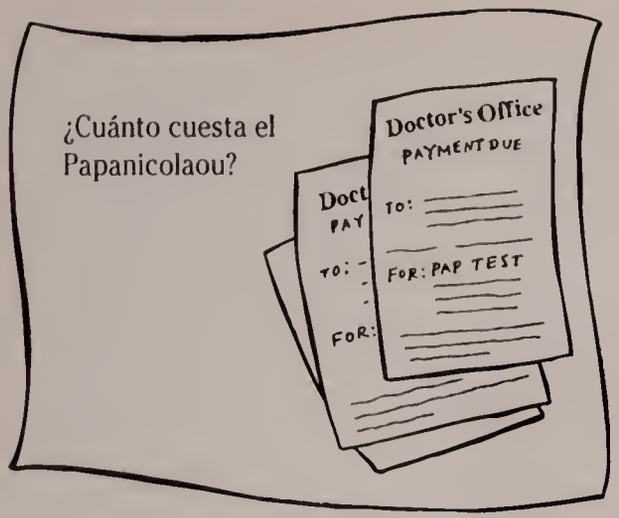
- También es bueno recordar que el Papanicolaou es importante aún después de que usted haya llegado a la menopausia.

- Las mujeres de 65 años de edad o mayores también necesitan hacerse los Papanicolaous; de manera que anime a su mamá, a su abuela, a sus hermanas, tías y amigas a que se hagan el examen.

- La mujer a quien le han hecho la histerectomía (operación para sacar el útero y el cuello del útero), debe consultar con su médico acerca de si necesita continuar los Papanicolaous.

¿Cuánto cuesta el Papanicolaou?





MENSAJE:

- Un Papanicolaou cuesta entre $60 y $150.
- El Papanicolaou está generalmente cubierto por su seguro médico privado.
- Medicare cubre el costo de un Papanicolaou cada tres años.
- Existen algunos grupos comunitarios que ofrecen el Papanicolaou gratis y algunos programas que sólo le cobran según su capacidad de pago.
- Para obtener información acerca de la cobertura de Medicare llame a la línea directa de Medicare al 1-800-Medicare (1-800-633-4227).

Lo que todas las mujeres necesitan saber acerca del cáncer del cuello del útero.

MENSAJE:

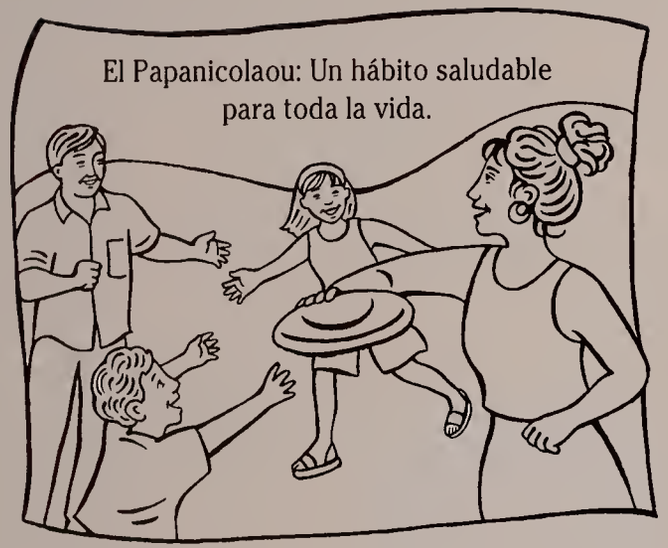
- Las mujeres de 18 años de edad o mayores necesitan hacerse el Papanicolaou con regularidad. Las mujeres menores de 18 años de edad necesitan un Papanicolaou cada año si son o han sido activas sexualmente.

- También es bueno recordar que el Papanicolaou es importante aún después de que usted haya llegado a la menopausia.

- Las mujeres de 65 años de edad o mayores también necesitan hacerse los Papanicolaous; de manera que anime a su mamá, a su abuela, a sus hermanas, tías y amigas a que se hagan el examen.

- La mujer a quien le han hecho la histerectomía (operación para sacar el útero y el cuello del útero), debe consultar con su médico acerca de si necesita continuar los Papanicolaous.

El Papanicolaou: Un hábito saludable para toda la vida.



MENSAJE:

- El Papanicolaou le da la oportunidad de tomar control de su salud.
- Recuerde sus necesidades de salud, mientras se enfrenta a los retos de cuidar de su familia.
- El Papanicolaou es una manera importante de cuidar su salud y su futuro.
- ¿Considera usted que es importante para las mujeres conocer acerca de los Papanicolaous? ¿Por qué?

Haga su cita
para un
Papanicolaou.
LUNES
papanicolaou
2:30

MENSAJE:

- Si se han hecho un Papanicolaou, felicitaciones!

- Recuerde: los Papanicolaous hechos con regularidad son la mejor manera de detectar el cáncer del cuello del útero en una etapa temprana, cuando es tadavia muy tratable.

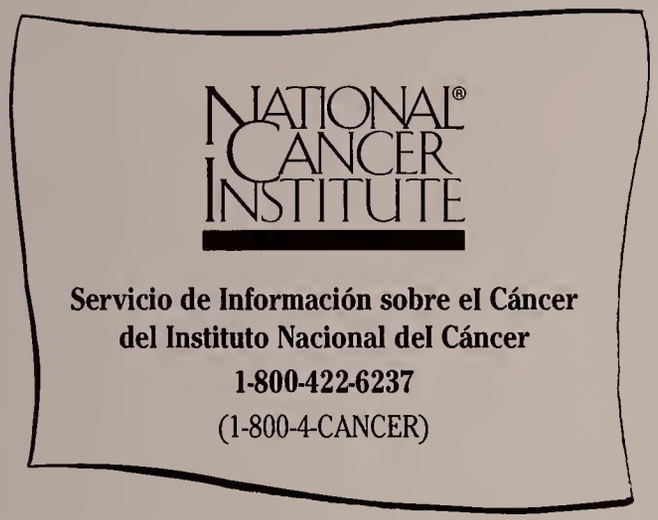
- No tome riesgos con su salud. Haga su cita para un Papanicolaou.

NATIONAL® CANCER INSTITUTE

Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer

1-800-422-6237

(1-800-4-CANCER)



MENSAJE:

- Para mayor información sobre el cáncer del cuello del útero y el Papanicolaou, llame al Servicio de lnformación sobre el Cáncer del lnstituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER).

- Las oficinas del Servicio de Información sobre el Cáncer están abiertas de lunes a viernes, de 9:00 a.m. a 4:30 p.m., hora local.

- Los especialistas en información sobre el cáncer responderán a sus preguntas en inglés o español y le enviarán publicaciones gratis.

September 1999